



МЕНЮ

17 ноября 2022 г.

Возрастная категория 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
	57	МАННИК	230	8,7	9,3	64,5	384
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,1	83
2008	407	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200			26,8	36
		ГРУША	150	0,5	0,4	12,6	57
Итого				11,5	10,5	120	560
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2006	403	ПЛОВ	180	3,6	7,7	34,9	220
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,3	0,1	1	6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2004 г	279	КОРЖИК	70	7,3	14,2	71,3	433
Итого				14,9	24,9	144,8	848
Всего				26,4	35,4	264,8	1408